

Памятка для родителей. Что положить в аптечку на каждого ребенка

Обязательный список	Дополнительный список
<ol style="list-style-type: none">1. Предметы первой помощи:<ul style="list-style-type: none">– антисептическое моющее средство или щелочное мыло;– бинты;– ножницы;– булавки;– стерильная повязка;– бактерицидный лейкопластырь.2. Увлажняющие глазные капли.3. Средства от насекомых.4. Антигистаминные средства: таблетки/капли, гель/мазь.5. Сосудосуживающие капли в нос.6. Оральные регидратационные соли: порошок для приготовления питьевого солевого раствора.7. Простой анальгетик в возрастных дозировках.8. Термометр.9. Солнцезащитный крем для лица и кожи SPF 50+	<ol style="list-style-type: none">1. Лекарства для лечения хронических заболеваний, которые прописал врач, и инструкции по их применению.2. Антидиарейные лекарства.3. Антибиотики против частых инфекций (диарея, инфекции кожи и мягких тканей, дыхательных путей и мочевых путей) – по рекомендации врача.4. Антибактериальная мазь.5. Противогрибковое средство.6. Противомаларийные химиопрепараты.7. Противомоскитная сетка.8. Химические препараты для уничтожения вредных насекомых – для обработки тканей (одежды, сетки, шторы).9. Стерильные шприцы и иглы.10. Дезинфицирующее средство для воды.11. Запасные очки и/или запасные контактные линзы и раствор для их обработки



МЕДИЦИНСКОЕ
ОБСЛУЖИВАНИЕ
И ОРГАНИЗАЦИЯ
ПИТАНИЯ В ДОУ

Что взять ребенку на отдых

- ✓ Брюки/штаны/джинсы.
- ✓ Кофта/свитер/теплая рубашка.
- ✓ Ветровка/дождевик.
- ✓ Футболки с короткими и длинными рукавами.
- ✓ Шорты.
- ✓ Юбка/платье/сарафан.
- ✓ Купальник/плавки (2–3 шт.).
- ✓ Нижнее белье (по числу дней поездки).
- ✓ Носки, колготки.
- ✓ Домашняя одежда, пижама.
- ✓ Панама/кепка/шляпа от солнца (2–3 шт.).
- ✓ Удобная легкая обувь (2 пары).
- ✓ Кроссовки/кеды.
- ✓ Обувь для пляжа и бассейна.
- ✓ Детское мыло, шампунь, зубная паста и щетка.
- ✓ Игрушки, книги, раскраски, карандаши.

В дорогу: запасной комплект одежды, яблоки, печенье, бутылка воды, сухие и влажные салфетки.



Как обеспечить ребенку комфортный летний отдых

- ✓ Изучите вместе с ребенком регион поездки, маршрут, способы передвижения.
- ✓ Обсудите, что может нанести вред его здоровью и как этого избежать:
 - какие правила дорожного движения необходимо соблюдать;
 - как защищать себя от солнца и перегрева;
 - как не допустить укусов насекомых и животных;
 - что и когда можно есть и пить в месте, куда направляется ребенок.
- ✓ Одевайте ребенка по погоде.
- ✓ Обеспечьте питьевой режим.
- ✓ Следите, чтобы у ребенка был дневной сон/отдых.
- ✓ Будьте снисходительны к капризам ребенка.